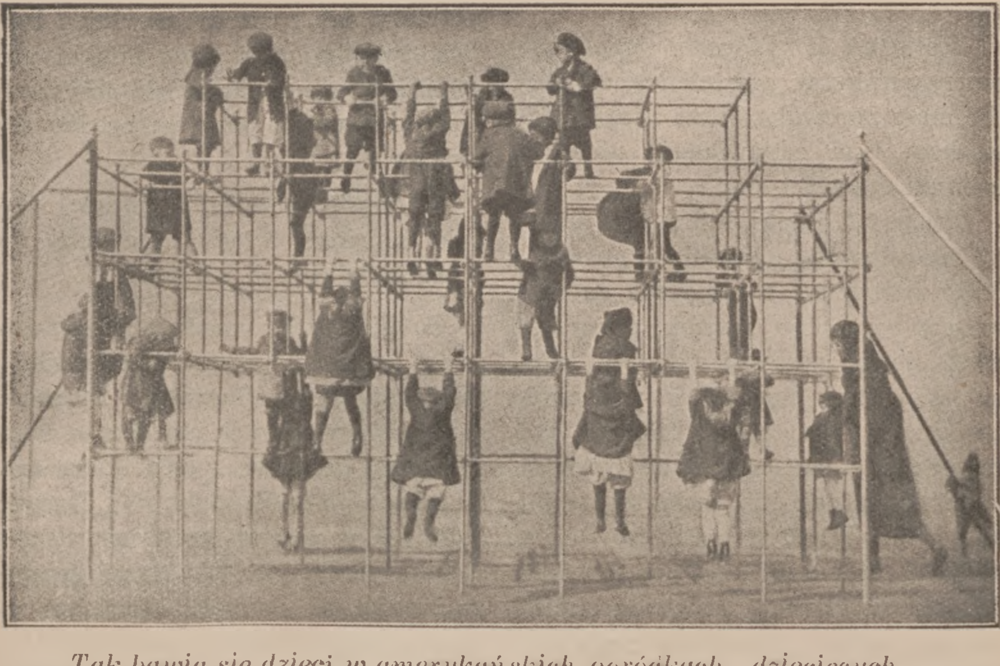
ROK II. NR. 7.

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU
POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

PIERWSZY ZESZYT KWIETNIOWY 1928 r.



Tak bawią się dzieci w amerykańskich ogródkach dziecięcych. — Kiedyż i my wprowadzimy w życie piękną ideę boisk dla naszej dziatwy.

JAKA POWINNA BYĆ I JAK NALEŻY PRZECHOWYWAĆ SZCZOTKĘ DO ZĘBÓW

Szczotka do zębów, jak wiadomo, składa się z oprawy i włosów. Zaczynam od oprawy, a to dlatego, że na nią przy nabywaniu szczotki mniejszą zwracamy uwagę. Przekonamy się później, że oprawa szczotki ma przy myciu zębów dość duże znaczenie.



Materjal, z którego wyrabiają oprawy szczotek powinien być twardy, mało porowaty, lekki i tani. Warunkom tym odpowiadają niektóre gatunki drzewa i kość.

Twardy t. j. taki, który przy użytku nie ulegałby zginaniu i pękaniu. Mało porowaty, a więc nie zatrzymujący w sobie resztek pokarmowych, śluzu, bakteryj, przytem dający się łatwo wymyć i wysuszyć. Lekki, to jest taki, którym jak smyczkiem można by manewrować w jamie ustnej, nie uszkadzając jej nabłonka. Wreszcie tani, aby cena szczotki nie stawala na przeszkodzie do jaknajszerszego rozpowszechnienia się tego koniecznego przy codziennej tualecie przedmiotu.

Oprawa szczotki składa się z dwóch części: trzonu i rękojeści. Trzon szczotki powinien być lekko wygięty, aby swem wygięciem zbliżał się do łuku szczękowego, rękojeść zaś winna mieć dobry chwyt, to znaczy winna być tak długą, aby móc pomieścić na sobie wszystkie rozstawione palce (podczas mycia zębów szczoteczkę trzymamy w ten sposób, jak skrzypek podczas gry trzyma smyczek).

Teraz przechodzimy do drugiego zasadniczego składnika szczotki — włosa. Włos używany do wyrobu szczotek do zębów może być zarówno biały, jak i czarny, powinien być dość twardy, gdyż włos miękki nie spełnia swego zadania, nie oczyszcza dobrze zębów, a przytem prędko się zużywa.

Maczanie szczotki w gorącej wodzie zmiękcza włos i prowadzi do wypadania całych pęczków.

Co się tyczy osadzania samego włosa w trzonie szczotki, to najlepsze jest pendzelkowate. Przytem skupia się w grupce pendzla — włosy różnej długości. Pendzelki osadza się bądź bezpośrednio w drzewo, bądź też w okucia metalowe, a następnie w drzewo. Ten drugi sposób osadzania ma na celu łatwiejsze utrzymanie szczotki w czystości. (U nas wzór szczotek ś. p. dentysty Zielińskiego wytwarzany przez fabrykę „Triumph“ w Warszawie). Rys. Nr. 1.

Przed myciem zębów należy włos zwilżyć letnią lub zimną wodą, umaczać w proszku kredowym, a po umyciu zębów kilkanaście razy wypłukać w wodzie, pocierając o ścianki szklanki lub kubka, a to w celu rozsunięcia pęczków włosa i uwolnienia przy tej manipulacji resztek proszku do zębów. Następnie należy całą szczotkę, t. j. oprawę, a szczególnie włos, starannie wytrzeć do sucha, później zrobić to samo z kubkiem lub szklanką, szczotkę zaś wstawić rękojeścią do szklanki, aby włos jeszcze lepiej wysychał. W ten sposób przechowujemy szczotkę aż do następnego użytku.

Dr. A. Danejko.



PARĘ SŁÓW O SPLUWACZKACH

Z CYKLU: „WALKA Z GRUŹLICĄ“

Zaraźliwość gruźlicy jest już rzeczą ogólnie znaną. Wiemy, że zakażenie się następuje zazwyczaj na drodze tak zwanego zakażenia kropelkowego, czyli że zarazek gruźliczy dostaje się do ustroju wraz z małemi kropelkami plwociny wylatującemi z ust chorego przy kaszlu, kichaniu, rozmowie i t d.

Lecz nie ulega wątpliwości, że zakażenie na drodze pośredniej również odgrywa dużą rolę w szerzeniu się gruźlicy. W zakażaniu się pośredniem odgrywa dużą rolę kurz, unoszący się w powietrzu, a zawierający laseczniki gruźlicze, jak również wszystkie rzeczy zanieczyszczone plwociną chorego. Do kurzu laseczniki gruźlicy trafiają wraz z plwociną wyrzucaną na podłogę lub ziemię oraz w postaci zaschniętej plwociny z chustek lub bielizny chorego, w mniejszym zaś stopniu wraz z ropą wyciekającą z przetok i owrzodzeń gruźliczych.

Głównem jednak źródłem zanieczyszczenia kurzu lasecznikami gruźliczemi pozostaje plwocina odpluwana przez chorych na gruźlicę płuc. Nic więc dziwnego, że w celach zapobiegawczych winniśmy zwrócić baczną uwagę na unieszkodliwienie plwociny, zawierającej zarazki gruźlicy. Osiąga się to w pierwszym rzędzie na drodze przeznaczenia do odpluwania plwociny, specjalnych naczyń, nazywanych spluwaczkami.

Przepisy sanitarne wymagają ustawiania spluwaczek we wszystkich częściej uczęszczanych lokalach publicznych. Niestety brak kultury społeczeństwa stoi na przeszkodzie

do zrozumienia konieczności przestrzegania przepisów sanitarnych. Ogół, musimy przyznać, niechętnie korzysta ze spluwaczek. Należy jednak dążyć ku temu, aby plucie na podłogę lub ziemię było uważane przez wszystkich za karygodne wykroczenie.

Spluwaczka, aby wypełnić swoje przeznaczenie winna być przedewszystkiem łatwo dostępna, winna być tak ustawiona, aby wyrzucana plwocina spadała do rezerwoaru spluwaczki, a nie na jej ścianki lub obok na podłogę, oprócz tego koniecznem jest również, żeby zawartość spluwaczki nie wylewała się nazewnątrz naskutek spadającej do spluwaczki plwociny. Spluwaczka winna być wypełniona zawsze jakimś płynem dezynfekcyjnym, w najgorszym razie zwykłą wodą; absurdem są spluwaczki z piaskiem, gdyż nie zapobiegają one bynajmniej unoszeniu się zarazków wraz z kurzem, jak również niedopuszczalne są spluwaczki drewniane, które nigdy nie dadzą się dobrze oczyścić i wydezynfekować.

Najwięcej racjonalne są spluwaczki emaljowane, dające się łatwo wymyć lub spluwaczki szklane. Bardzo wskazane są spluwaczki ustawiane na wysokich nóżkach przeciętnie metrowej wysokości, gdyż do takiej spluwaczki łatwiej jest spluwać, unikając oplucia samej spluwaczki lub podłogi obok spluwaczki. Nóżki spluwaczki winne być jednak przymocowane na podłodze, aby uniknąć przewracania się spluwaczki.

Spluwaczka zawsze winna być wypełniona jakimś płynem dezynfekcyjnym, często zmienianym celem uniknięcia wysychania zawartości spluwaczki, gdyż suchy osad ze spluwaczki przy ruchach powietrza wraz z kurzem będzie unosił się w powietrzu. Do wypełniania spluwaczek możemy posługiwać się bądź ługiem (10 proc.), bądź kwasem karbolowym (3 proc.), bądź wodą krezolową (3 proc.), bądź też formaliną 10 proc., lub innym płynem dezynfekcyjnym.

Spluwaczka winna być codziennie opróżniana. Zawartość spluwaczki może być wylewana do zlewu. W miejscowościach nie posiadających kanalizacji, wskazanem jest palenie plwociny lub wylewanie do dołów kloacznych po uprzedniem zalaniu plwociny mlekiem wapiennem.

Mówiłem dotychczas wyłącznie o spluwaczkach służących do ogólnego użytku. Bardzo jednak jest pożądane, aby chorzy na gruźlicę płuc posługiwali się spluwaczkami osobistemi (kieszonkowemi), jak ma to miejsce w sanatorjach. Spluwaczka taka, mająca zazwyczaj płaską formę, dogodną do noszenia w kieszeni, jest wykonana z grubego szkła i posiada hermetycznie zamykającą ją przykrywkę. Również i powyższe spluwaczki winny być wypełnione płynem dezynfekcyjnym, a zawartość ich winna być często wylewana. Posługiwanie się jednak spluwaczką kieszonkową wymaga już dużej kultury chorego i zrozumienia niebezpieczeństwa, które przedstawia on dla otoczenia.

Posługiwanie się kieszonkowemi spluwaczkami jest u nas bardzo mało rozpowszechnione, lecz o ile chory nie chce posługiwać się kieszonkową spluwaczką na ulicy lub w lokalach publicznych, stanowczo musimy dążyć do przekonania go, do stosowania jej w domu. W ten sposób moglibyśmy uniknąć tak rozpowszechnionego u nas odpluwania do chustek. Odpluwanie do chustek jest przeciwskazane, gdyż powoduje ono stałe zanieczyszczenie plwociną rąk chorego, a przy każdym szybszym ruchu wykonanym oplutą chustką, drobny kurz powstający z zeschniętej plwociny, a zawierającej laseczniki gruźlicy unosi się dookoła chorego.

Dr. S. Popowski.



O ŚLINIENIU SIĘ U NIEMOWLĄT

Wydzielanie śliny u niemowląt w I kwartale życia jest b. nieznaczne; śluzówka jamy ustnej jest u nich względnie sucha. Dopiero od 3 — 4 mies. zwiększa się czynność gruczołów ślinowych i wydzielanie się śliny. Wtedy zdarza się, że ślina wycieka na wargę dolną i podbródek dziecka. Jest to zjawisko zupełnie normalne. Zazwyczaj ślinienie się w tym wypadku zależy nie od nadmiernego wydzielania się śliny, lecz powstaje wskutek tego, że niemowlę nie umie jeszcze jej połykać. Czasami ślina nie wycieka przez usta, lecz pozostaje czas pewien w jamie ustnej i gardzieli; zbierając się w większej ilości, powoduje przy oddychaniu powstawanie charakterystycznego szmeru, który może przestraszyć matkę — matka bowiem może sądzić, że dziecko ma jakieś cierpienie gardzieli lub krtani.

Niemowlę, które ma nieżyt nosa i upośledzoną jego drożność, zmuszone jest oddychać ustami i nie może wykonywać często ruchów połykowych, wtedy również może wystąpić ślinienie się.

Matki wiążą najczęściej ślinienie się dziecka z okresami ząbkowania; w istocie ząbkowanie nie odgrywa większej roli w tem zjawisku. Ślinienie się wywołane przejściowem podrażnieniem śluzówki podczas wyrzynania się zębów b. szybko przemija.

Jeżeli nadmiernemu ślinieniu się towarzyszy częste zrzucanie pokarmu i czkawka, ma to znaczenie analogiczne do tych objawów towarzy-

szących, (o czem pisaliśmy) a mianowicie jest nierzadko wyrazem względnego przekarmiania dziecka.

Wreszcie wszelkie stany zapalne śluzówki jamy ustnej (zapalenie nieżytowe, pleśniawki, owrzodzenia) wywołują ślinienie się.

Widzimy więc, że ślinienie się u niemowląt może powstawać:

I z przyczyn fizjologicznych (naturalnych).

II z przyczyn chorobowych.

Pierwsze nie wymaga żadnego leczenia, drugie natomiast wymaga leczenia choroby zasadniczej, wywołującej ślinienie się.

Fizjologiczne ślinienie się widzimy:

1) W 3—4 mies. życia wskutek rozpoczęcia czynności gruczołów ślinowych i niedostatecznego połykania śliny przez niemowlę.

2) w czasie wyrzynania się zębów.

Do przyczyn chorobowych zaliczamy:

1) Ślinienie się wskutek niedrożności nosa (katar).

2) Ślinienie się w związku ze zrzucaniem pokarmu i czkawką.

3) Ślinienie się wskutek stanów zapalnych śluzówki jamy ustnej.

Dr. J. Wiszniewski.



ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1) Pani Mirskiej: Za nadesłane uwagi dziękujemy. Niektóre z wymienionych tematów już znajdują się w opracowaniu i niebawem ukażą się w druku. Jednakże poszczególne artykuły nie mogą wchodzić w kompetencje lekarzy. Pismo nasze spełni swe zadanie wobec społeczeństwa, jeśli będzie należycie dopomagać lekarzowi.

2) Pani B. B. Prosimy o podanie dokładnej djety dziecka. Być może tu kryje się przyczyna swędzenia skóry u maleńkiego Jasia.

3) Pani Rybskiej z Poznania. 10-miesięczne dziecko Pani zdaje się jest zbyt otyłe. Na bezsenność trzeba zadziałać dłuższym pobytem dziecka na powietrzu. Spacer w chwili obecnej powinien trwać do 4 godzin. Stołeczki powinny być regulowane za pomocą jarzyn, podanych w odpowiedniej ilości. Żadnych ciastek dziecko nie powinno dostawać. Ilość mleka w djecie córeczki Pani powinna wynosić koło 500 — 600 gr. na dobę. Porządku trzeba uczyć dziecko przez systematyczne wysadzanie.

4) Pani M. K. z Lublina: 13½ miesięczny synek Pani ząbkuje nieprawidłowo. W tej chwili można wpłynąć na przyśpieszenie ząbkowania

przez ścisłe przestrzeganie zasad higjeny oraz podawanie dziecku 1 łyżeczki od herbaty tranu dziennie. Wystarczy obecnie kąpać dziecko co drugi dzień, jednakże należy je obmywać tyle razy, ile się tylko zabrudzi. Dziecku w 2 roku życia wystarczają już cztery jedzenia. Ilość mleka może wynosić maximum ½ litra na dobę. Przytem musi Pani wprowadzić do djety dziecka swego większą rozmaitość — można już stosować kawę zbożową, kakao owsiane, prawie że wszystkie zupy, najprzeróżniejsze kasze (ryż, tapiokę, krakowską, owsianą), kisiele, galarety i kompoty. Po zmianie djety być może ustąpi wyprysk z twarzy dziecka.

5) Pani Czesławie Graubardowej: Wstręt do mleka u 14-miesięcznego synka Pani prawdopodobnie spowodowało uprzednie podawanie nadmiernych ilości tegoż. Nie potrzeba z tego robić żadnej tragedji, tembardziej, że lekarz stwierdził dobry stan dziecka. Z djety synka swego musi Pani wykluczyć mięso. Ilość mleka może wynosić 1½ szklanki na dobę. Można je podawać częściowo w postaci kwaśnego mleka lub kefiru. Djetę należy możliwie urozmaicać. Poza tem proszę przejrzeć odpowiedź Nr. 4.



ZABIEGI

TERMOFORY, KATAPLAZMY I FLASZKI DO OGRZEWANIA.

Czasami z polecenia lekarza matka musi zastosować ciepło (ogrzewanie) u dziecka, albo na ograniczone miejsca skóry, lub też dla utrzymania stałego ciepła całego ciała. Dla ogrzewania miejscowego służą:

termofory i kataplazmy.

Dla ogrzewania ogólnego:

flaszki zwykłe z wodą gorącą, lub flaszki specjalne (płaskie, gumowe i t. p.)

Termoforem nazywamy czworokątny płaski worek gumowy, zawierający wewnątrz substancję, która po zagotowaniu lub nagrzaniu utrzymuje całemi godzinami ciepło. Termofory zmienia się co 4 — 5 godzin.

Ostatnio wchodzą w użycie termofory ogrzewane elektrycznością. Są one bardzo wygodne i zasługują na jak najszersze rozpowszechnienie.

Kataplazmy przyrządza się w ten sposób, że gotuje się siemię lniane,

kaszę owsianą lub otręby na gęstą papkę, którą następnie napycha się do woreczka płóciennego lub zawija się do chustki. Kataplazmu nie należy kłaść bezpośrednio na skórę (oparzenie!). Należy uprzednio umieścić na skórze odpowiednią warstwę izolacyjną (chusteczkę), samą zaś skórę obficie nasmarować wazeliną.

W razie braku siemienia lnianego i innych wyżej wspomnianych środków, można użyć jako materjał do kataplazmu gorące, dobrze rozgotowane i rozgniecione 3—4 kartofle. Kataplazmy zmienia się co ½ najdalej co godzinę.

Do ogrzewania całego ciała używamy zwykłych flaszek z hermetycznem zamknięciem, do których nalewamy wody gorącej.

Po zawinięciu flaszek w celu uniknięcia poparzeń układamy je w pościeli po bokach leżącego dziecka i u jego stóp.

Lepiej w tym celu używać płaskich gumowych flaszek (worków), które mają większą powierzchnię, nie nagrzewają się zbyt silnie, są lekkie i łatwo dają się dostosować do wymiarów ciała niemowlęcia.

Dr. J. W.

UWAGI LEKARKI O PRZEDSZKOLACH

III.

ŻYCIE WEWNĘTRZNE PRZEDSZKOLA

Przechodząc do życia wewnętrznego przedszkola, zacznę od ilości uczęszczających dzieci. Dzielą się one na oddziały, których może być parę, jednak nie jest dobrze, gdy w przedszkolu znajduje się ogółem zbyt dużo dzieci nawet wtedy, gdy można byłoby sobie na to pozwolić, ze względu na obszerność lokalu i sal oddziałowych.

W każdym oddziale grupują się dzieci w jednym, mniejwięcej wieku. Co do ilości dzieci w jednym oddziale — obowiązują tu inne normy, niż w szkole, gdzie praca bardziej ujednostajniona i pewna dyscyplina, stosowana do dzieci starszych, już bardziej wyrobionych, ułatwia wychowawcy zadanie, nawet wobec większej ilości uczniów w klasie.

Tutaj zajęcia bardziej różnorodne, konieczność częstych wskazówek, trudność skupienia uwagi u małych dzieci — wszystko to wymaga baczniejszego zajęcia się wychowawcy poszczególnemi dziećmi. Wreszcie na małe dzieci źle wpływa pod względem psychicznym, oszałamia je, zbyt duża ilość gwarnych towarzyszy. Dlatego też najlepiej będzie prowadzony oddział, w którym znajduje się koło 20 dzieci. Ilość wyższa niż 30, nawet przy odpowiednio obszernem pomieszczeniu, jest zbyt dużą, do której nie należy dopuścić.

Zależnie od charakteru przedszkola dzieci przebywają w niem parę godzin, lub dłużej. Przy dłuższym pobycie dzieci nieco inaczej musi być zorganizowany rozkład zajęć — trzeba uwzględnić dłuższy spacer i wypoczynek, 2 posiłki i t. d.

Często zachodzi między wychowankami, a rodzicami pewne nieporozumienie, co do charakteru zajęć dzieci w przedszkolu. Nie może tu być mowy o systematycznej nauce, o uczeniu czytania lub pisania. Pogadanki, ćwiczenia dla rozwijania sprawności zmysłów, lepienie z gliny, robótki, rysunki — są to zajęcia, wymagające pewnego wysiłku ze strony dziecka, są pracą przez nie wykonywaną, którą niewolno dziecka przeciążać. Rozkładając umiejętnie czas pobytu dziecka na ową pracę, zabawy, spacery, przebywanie w ogródku, leżenie, gimnastkę, jedzenie trzeba o tem pamiętać, że wrażliwy ustrój dziecka nuży się prędko, potrzebuje zmiany — odpoczynku i ruchu naprzemian. Dlatego nie jest wskazaną wszelka jednostajność, a zwłaszcza przedłużanie zajęć, wymagających skupienia i wysiłku.

W rozkładzie dnia względy higjeniczne muszą odgrywać rolę pierwszorzędną.

Niezmiernie pożyteczny, a wprost konieczny, dla dzieci, jeżeli przebywają one dłużej w przedszkolu jest odpoczynek w pozycji leżącej — najlepiej po spożyciu posiłku. Do leżenia najbardziej się nadają leżaki (dla każdego dziecka osobne), w których płótno można prać, i zmieniać. gorsze są ze względu na trudniejszą do utrzymania czystość sienniczki, lub koce rozkładane na ziemi. W czasie ciepłym takie leżakowanie, trwające conajmniej kwadrans, może odbywać się w ogródku w miejscu ocienionem, w zimie zaś — zawsze w poprzednio intensywnie wietrzonej sali.

Dzieci bardzo prędko przyzwyczajają się do codziennego leżenia i odczuwają brak jego w wyjątkowe dni (np. pranie sienniczków), kiedy są pozbawione możności leżenia. Mięśnie dziecka, zmęczonego ruchem rozprężają się, mózg i nerwy, podniecone zabawą, lub znużone wykonanym wysiłkiem, (pogadanka, robótka i t. d.) odzyskują w ciszy wypoczynku poprzednią świeżość. Gdyż cisza obowiązuje w czasie leżenia. Niektóre dzieci zasypiają, inne leżą spokojnie. Jest to również pożyteczne ćwiczenie dla pewnych wiecznie niespokojnych, nadmiernie ruchliwych, męczących siebie i otoczenie jednostek, przyzwyczaja ono do fizycznego i psychicznego uciszenia. Zależnie od polecenia lekarza niektóre dzieci, z wykrzywieniem kręgosłupa, lub obniżeniem łopatki, leżą na ziemi na wznak z rozkrzyżowanemi rekami — pozycja, której w domu uzyskać często nie można nawet przy opowiadaniu bajek i zajęciu uwagi dziecka.

Wiadomo, jakie znaczenie ma w życiu dziecka ruch — jak niezmordowanie, intensywnie ruchliwem potrafi być takie maleństwo. Obok dowolnych zabaw i biegania, gimnastyka rozwija harmonijnie zespoły mięśni, uczy skoordynowania i pewności ruchów. Oczywiście gimnasty-

ka musi być przystosowana dla maleńkich dzieci: nadaje się jej postać zabawy — bardzo pożądane jest towarzyszenie fortepianu — przyczem trzeba unikać monotonji ćwiczeń.

Ćwiczenia oddechowe, połączone z ruchem rąk, wspięciem na palce nie nużą dzieci, są proste, łatwe do wykonania, a według wielu pedagogów przez swoją rytmikę działają uspakajająco na psychikę dziecka. Należy je wykonywać parę razy w ciągu pobytu dzieci w przedszkolu np. zaraz po wejściu dzieci do świeżo wietrzonej sali, po ożywionej zabawie, a przedewszystkiem bezpośrednio po jakiemś zajęciu siedzącem i wymagającem skupienia. Niektóre dzieci, przyuczone do tych ćwiczeń mogą je z polecenia lekarza i pod kierunkiem kogoś ze starszych wykonywać i w domu.

Wiadomo, że zabawy ruchowe, połączone z gimnastyką najlepiej prowadzić na świeżem powietrzu, w porze chłodniejszej dla rozgrzania czyniąc je bardziej ruchliwemi. W lecie w czasie upałów dobrze jest wybierać miejsca zacienione, żeby zbytnio nie męczyć dzieci. Ogródek, otaczający przedszkole, oddaje tak pod względem pedagogicznym, jak higjenicznym nieocenione usługi (zabawy, pielęgnowanie roślin, leżakowanie i t. d.).

(d. c. n.)

DO NASZYCH CZYTELNICZEK

Dwutygodnik „Młoda Matka",—istniejący od roku, zgrupował liczne szeregi matek, które, darząc pismo przyjaźnią i zaufaniem, niejednokrotnie już wyrażały słowa uznania dla podjętej przez nasze wydawnictwo pracy.

Do tych wszystkich czytelniczek, okazujących tyle szczerej sympatji dla pisma, zwracamy się z prośbą, by zechciały nadesłać do Administracji „Młodej Matki" (Górnośląska 20) adresy tych matek, które wychowując dzieci w wieku do lat 7-miu, powinny zapoznać się bliżej z naszym dwutygodnikiem. Pod wskazane adresy wyślemy bezpłatnie numery okazowe. „Młodej Matki".

Poza tem podajemy do wiadomości, że pomiędzy czytelniczkami, które opłacą prenumeratę „Młodej Matki" za II i III kwartał t. zn. od 1 kwietnia do 1 października i to nie później jak do 20 kwietnia b. r. będą rozlosowane dziecięce komplety nakryć do stołu, składające się z 3 talerzyków, spodeczka i filiżanki.

ADMINISTRACJA „MŁODEJ MATKI".

RAJ DLA DZIECI

Promienie słońca wpadły do dziecinnego pokoju, mówiąc najmłodszym mieszkańcom domu, że oto jest wiosna i można będzie wesoło używać swobody na świeżem powietrzu.

Szczęśliwe dzieci mieszkające na wsi! Mogą biegać do woli po całym ogrodzie i podwórzu, gdzie tyle ciekawych rzeczy się dzieje. Nie potrzebują dla siebie specjalnych zabawek, obce im są kółka, klasy i inne takie gry — ich zabawą jest praca przy grządkach w ogrodzie, w stajni, w wozowni i wszędzie dokąd tylko dotrzeć można.

Wracają potem rumiane, pełne wrażeń, zadowolone z ruchu i pracy. Te dzieci, wychowane na swobodzie, w środowisku pracy fizycznej, mogą rozwinąć dostatecznie swą energję, inicjatywę, samodzielność — mają wszelkie warunki potemu, aby wyrosnąć na dzielnych ludzi.

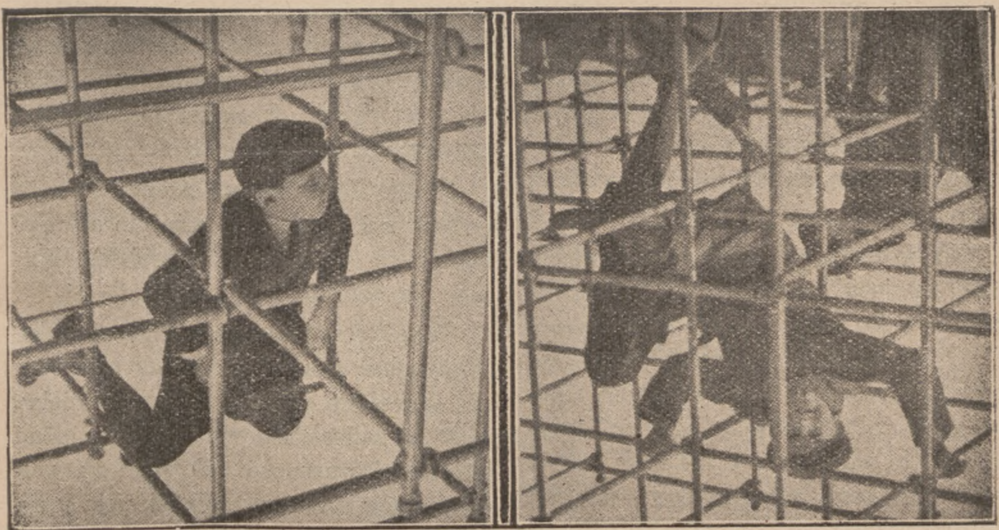
A nasze dzieci w mieście? Gdy wiosenne słońce zacznie już przygrzewać — zaludniają się parki miejskie.

Dzieci wydostały się wreszcie z domu, aby użyć swobody na powietrzu. Swoboda... Pożal się Boże, co to za swoboda...

— Dzieci, uważajcie proszę, bawcie się tylko w tej alejce, bo w tamtej jest błoto. Jakżeż potem będziecie wracały takie ubłocone przez ulice?

Albo znowu:

— Stasiu, nie odchodź dalej; muszę cię mieć na oku. Baw się tu przy ławce.



Dzieci uczą się pokonywać trudności i zaspakajają radosną chęć łażenia po drzewach.

Po trawie oczywiście chodzić nie wolno, bo wszak pouczają nas przepisy, że „kulturalne“ miasta szanują trawniki, jako swą ozdobę. Piłką w niektórych parkach też bawić się nie wolno, bo mogłaby wpaść na trawę. Usiąść na ziemi nie można, bo jest brudno, a dziecko z taką radością pobawiłoby się piaskiem...

I biedne dziecko skazane jest na zabawę przy ławce, pod okiem mamusi czy opiekunki. Bawi się więc w nieśmiertelne „komórki do wynajęcia“ i „klasy“, aż wreszcie znudzone siada na ławce.

— Mamusiu, chodźmy już do domu.

Bo mieszkanie, choć może nieraz małe i ciasne, ma dla dziecka urok swobody. Może się kręcić po wszystkich pokojach, przenosić, przestawiać rzeczy, które, choćby do zupełnie innego celu służyły, spełniają dla niego rolę zabawki.

I matka nie wie, czy ma ulec żądaniom dziecka i wrócić z niem do czterech ścian, tak często pozbawionych słońca, czy zostać w parku i patrzeć na jego znudzoną, skrzywioną minę.

Bo w naszych parkach miejskich jest miejsce na trawniki i piękne klomby, ale niema miejsca dla dzieci. Ojcowie miasta z dumą patrzą na piękne kwietniki, świadczące, ich zdaniem, o wysokiej „kulturze“ miasta, a nie wiedzą, że o takich właśnie ludziach mówi współczesny pedagog amerykański:

— Byli dawniej ludzie, co woleli patrzeć na zieloną trawę na grobach dzieci, niż na żółtą i zdeptaną pod ich stopami.

Bo dziś kulturalne miasta na zachodzie doszły do wniosku, że dzieci na trawniku wyglądają niemniej malowniczo niż kwiaty.

Z jakąż zazdrością patrzałam kiedyś w Londynie na dzieci bawiące się na trawnikach parków i jak wstydzę się dziś swego zdumienia, kiedy pytałam:

— Jakto? to u was wolno chodzić w ogrodach po trawie?

A na to pytanie odpowiedziano mi pytaniem:

— Jakto? a do czegóż są trawniki?

Tak więc różnie pojmowane kulturalne zadania miasta doprowadziły do tego, że w większości naszych miast dzieci nie mogą się bawić swobodnie.

Czas pomyśleć o tem, aby wskrzesić zapomnianą od lat ideę wielkiego społecznika dr. Henryka Jordana, twórcy krakowskiego parku młodzieży, i stworzyć w naszych miastach ogrody i boiska dla dzieci.

Stany Zjednoczone zrozumiały to oddawna i w każdem mieście amerykańskiem są już dziś specjalne boiska dla dzieci.

Wystarczy niewielki, dwuhektarowy plac, aby stworzyć na nim taki raj dziecięcy. Pokryte trawą boiska, płytka sadzawka, w której można brodzić i puszczać „okręty“ na wodę, czysty rzeczny piasek dla najmłodszych, oto minimalny program takiego ogródka. Należałoby jeszcze pomyśleć o szatniach, gdzie dzieci

mogłyby zostawiać okrycia, a w ciepłe dni nawet obuwie i ubranie, a same w trykocie kąpielowym moglyby swobodnie bawić się na boisku, nie troszcząc się już o to, że ubranie się rozedrze lub zabrudzi.

Amerykanie ustawiają jeszcze w takim ogródku szereg przyrządów do zabaw dla dzieci, dając w ten sposób możność zaspokojenia instynktu łażenia po drzewach czy pokonywania trudności.

Może niedługo będziemy mieli możność oglądania takiego ogrodu w Warszawie, pamiętajmy jednak, że nie powstaną one w dostatecznej ilości dotąd, zanim nie zacznie się ich domagać opinja publiczna.

A czas już zabrać dzieci z reprezentacyjnych parków, a tworzyć dla nich specjalne ogrody, które na cześć polskiego pioniera w tej dziedzinie, winny nosić nazwę ogrodów Jordanowskich.

J. Prażmowska.

AUTORYTET W WYCHOWANIU DZIECKA

„No, Janeczko, chodź, zatańczymy — powiedział szesnastoletni kadet do damy, siedzącej obok niego.

„Czy tak już koniecznie?“ — zapytala zalotnym, trochę grymaśnym tonem, ale nie doczekawszy się odpo wiedzi, położyła ubrylantowaną miękką i białą rączkę na jego ramieniu i rozpoczęli razem jeden z tych cudacznych tańców nowoczesnych o egzotycznej nazwie, których djagnoza przedstawia dla mnie zawsze nieprzezwyciężone trudności.

Przyglądałam się pani: byla wysoka, smukła, miala świeżą, doskonale utrzymaną twarzyczkę o lekko i dyskretnie ukarminowanych ustach, okoloną pięknie ondulowaną kasztanowatą czuprynką. Była bardzo ładna i świeża i patrzyłam na nią z prawdziwą przyjemnością.

Przez przekorę chciałam coś skrytykować.

„Czy nie zamłody tancerz?“ — zwróciłam się z lekką ironją do sąsiadki.

„Zapewne, gdyby to był ktoś obcy — ale przecież tańczy z rodzonym synem!“

„Czy pani się nie myli? To jest niewątpliwe! Wygląda na dwadzieścia pięć lat, a przytem słyszałam wyraźnie, że mówi: Janeczko i ty?“

Sąsiadka spojrzała na mnie okiem, jakiem się ogląda wykopaliska muzealne i, uważając, że niewarto wchodzić w dyskusje, zbyła mnie krótko:

„Nie mogę się mylić — to żona mojego stryjecznego brata!“

———o———

A teraz drugi obrazek — z przed 80 lat.

W starym dworze na Inflantach polskich pod okiem ojca — w domu generała z czasów napoleońskich chowają się trzy córki. Panienki wylęk-

nione, zależne w najmniejszych drobiazgach od surowego i arbitralnego starca, nie umieją sobie zdać sprawy z tego, jak nazwać to dziwne uczucie grozy i lęku, jakie się dla nich wiąże z postacią ojca. Całe dnie spędza on w swym ponurym gabinecie — pełnym szaf z książkami przeważnie francuskich autorów z XVIII wieku. Do pokoju tego wolno jest wejść tylko wtedy, kiedy się jest wołaną, ale i wtedy puka się do drzwi cichutko i słyszy się bicie własnego serca...

Któregoś dnia przy obiedzie wśród zwykłej, trochę sztywnej rozmowy ojciec zwraca się w stronę najstarszej — Leontyny — „Na wieczór włożysz białą suknię i perły po matce. Będzie pan Abramowicz oświadczyć się o twoją rękę".

Pan Abramowicz to starszy już szlachcic z dalszego sąsiedztwa, którego Leontynie raz pokazano w kościele i wydawał się jej brzydki i nudny...

Te dwa obrazki — autentyczne obydwa — dzieli tylko okres jednego życia ludzkiego — 80 lat.

Każdy z nich maluje duży błąd wychowawczy — każdy jest odchyleniem w inną stronę od ideału. Czem powinni być rodzice dla dziecka? Ani kolegami w tem znaczeniu, żeby ich było można uważać za starsze rodzeństwo, jak ów elegancki kadet, ani surowymi tyranami, którzy mają prawo uzależnić los dziecka od własnej zachcianki. Podkreślam ten ostatni wyraz. Wychowawcy nie wolno jest mieć zachcianek w stosunku do dziecka. Jest on tylko wykonawcą prawa.

Pojęcie prawa jest dziecku wrodzone. Zwróćmy uwagę, jak łatwo dzieci się przywiązują do obyczajów, jak gorliwie pilnują, żeby „wszystko było tak, jak zawsze". Razem z kobietą dziecko jest najbardziej nieustępliwym obrońcą tradycji.

Pamiętam zabawną historyjkę o trzyletniem dziecku, które wprowadzone do stołowego pokoju na nowem mieszkaniu, w którem było jeszcze brak wszystkich mebli, rozejrzało się naokoło i zadało pytanie:

„A gdzie tu jedzą obiad niegrzeczne dzieci?"

Pamiętało, że kiedyś za bawienie się zupą zostało za karę posadzono przy oddzielnym stoliczku.

Umiejętny wychowawca potrafi wpoić dziecku od pierwszych lat jego życia przekonanie, że istnieje wielki kodeks dobrego, „grzecznego" postępowania, którego on nie jest twórcą, tylko stałym i konsekwentnym stróżem. Oboje — i dziecko i on — muszą się go pilnować każdy w swoim zakresie. Tak pojęta praca wychowawcy zatraca prawie swój charakter osobisty, niejako automatyzuje wychowanie. Ale o to właśnie chodzi. Najważniejszą rzeczą, którą wychowanie dać może jest zapas pożytecznych nałogów.

Pierwiastek osobisty — przywiązanie wzajemne wychowawcy i pupila — czasem kult, jaki ma ten ostatni dla swego mistrza — to są już dodatki — pożądane i wdzięczne — jak kwiaty, ale nie stanowiące warunku niezbędnego. Dlatego powoływać się na nie należy tylko w rzadkich mo-

mentach wyjątkowych. Dzieci same sobie zdają z tego sprawę. Pamiętam uśmiech politowania na twarzyczce wyjątkowo rozwiniętego sześcioletniego chłopca, wywołany bezsilnem nawoływaniem matki:

No, dzieci, kto mnie kocha, ten pójdzie spać!"

Rozbawiona gromadka nie ruszyła się z miejsca. Głęboka, prawdziwa miłość do matki drzemala na dnie ich serc. A słaba, bezbronna matka robiła żałosne wrażenie: polowania z armatą na muchę...

Marja Lutosławska.

KUCHNIA NIEMOWLĘCA

KEFIR.

Kefir jest to płyn lekko kwaśny, delikatnie musujący, o gęstości dobrej śmietanki lub młodej rzadkiej śmietany. Otrzymujemy go przez fermentację mleka, którą wywołujemy, albo przy pomocy tabletek kefirowych, które można nabyć w składach aptecznych lub aptekach, albo też przez specjalne grzybki kefirowe, sprowadzane z Kaukazu, które kupić można w zakładach kefirowych.

Pierwszy sposób przyrządzania kefiru jest prostszy i znacznie mniej kłopotliwy.

Kefir, ze względu na swoją dużą wartość odżywczą może być podawany, oczywiście wyłącznie na zlecenie lekarza, nawet starszym niemowlętom.

Wziąć:

1. ½ litra (500 cm.³) mleka gotowanego,

2. ½ litrową (500 cm.³) butelkę hermetycznie zamykaną,

3. 1 tabletkę kefirową.

Sposób przygotowania:

1. Mleko przegotować i dobrze ostudzić.

2. Wlać mleko do czystej i wysuszonej butelki.

3. Do mleka wrzucić tabletkę kefirową i butelkę zamknąć.

4. Po kilku minutach, gdy tabletka rozpuści się w mleku, mocno wstrząsać butelką, aby mieszaninę skłócić.

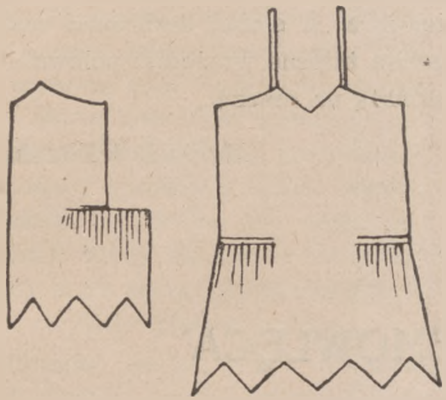
5. Otrzymaną i skłóconą mieszaninę postawić w ciepłem miejscu np. w pobliżu pieca na 1 — 2 doby.

6. W ciągu tego czasu kilkakrotnie potrząsać butelką dla skłócenia płynu.

Uwaga:

Kefir 1-dobowy lekko rozwalnia, 2-dobowy jest obojętny, a 3-dobowy działa zatwardzająco. *Lucyna.*

NASZA FORMA BIBUŁKOWA



Do numeru niniejszego dołączamy ładną formę bibułkową kombinezonki dla dziewczynki 2—3 letniej. Haleczkę szyjemy z białego lub różowego batystu, czy opalu, zęby dziergamy. Ładny hafcik przy wycięciu tworzy wdzięczną całość.

Kombinezonka taka na dni upalne może być noszona jako sukienka, kładzie się ją na majteczki, przypięte do staniczka, oczywiście bez koszulki.

Srodki lecznicze i spożywcze, reklamowane w dziale ogłoszeniowym naszego pisma, drukujemy tylko po uzyskaniu uprzedniej decyzji lekarza, redaktora „Młodej Matki".

Prosimy o odnowienie prenumeraty na bieżący kwartał

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.

Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.

Prenumeratę „Młodej Matki" przyjmują wszystkie księgarnie i urzędy pocztowe w kraju oraz Administracja pisma w Warszawie, ul. Górnośląska 20.

Wydawca E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

Dodatek do Dwutygodnika

„Młoda Matka" N-ru 7



Motyw na kapkę z opalu na wózek dziecinny spacerowy. Opal biały, blado różowy, lub niebieski haftujemy nićmi C.B. (Mouline) w kolorze białym. Motyw haftu dajemy przy brzegu górnym kapki. Podszewka z satyny, brzeg dookoła kapki obszyć cienką klockową koronką.
JK.

Liście haftem pełnym, kwiaty haft. angielskim, łodygi – ściegiem pocztowym, dziurki do wstążki haftem angielskim.



Wzór A.



Sukienka z lekkiej wełenki (woalu) w dwóch kolorach, ozdobiona haftem (wzór A.)

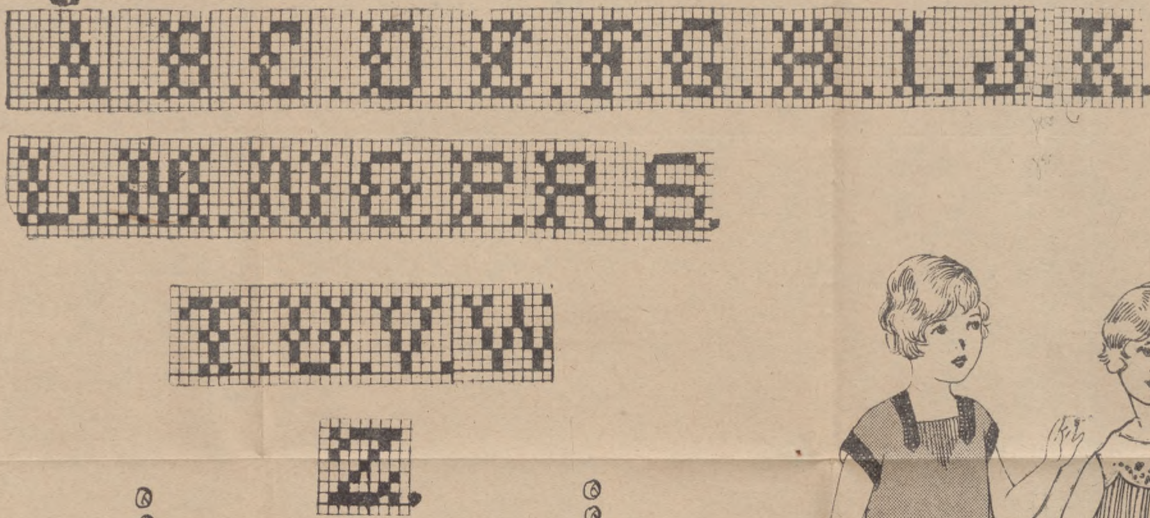


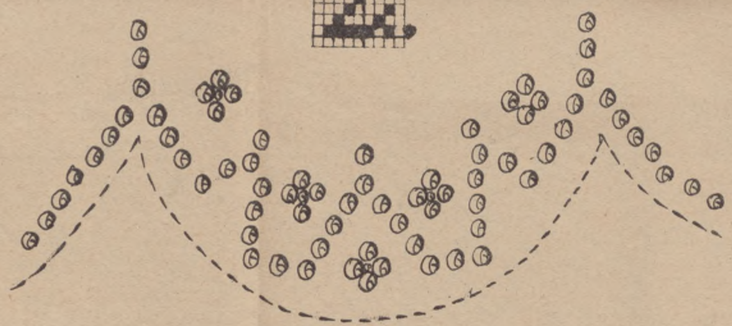
Sukienka w groszki dla 3 letniej dzieweczynki. Kołnierzyk z przymarszczoną falbanką z białej etaminy.

Sukienka z wełenki w kratę, wykończona surowym jedwabiem odpowiedniego do kraty koloru.

Sukienka w paski bronzowe z piaskowym. Kołnierzyk i guziki z zielonego aksamitu.

Reglan z coverscatu dla 5-6 letniego chłopczyka.





Wzór B.

Fartuszek z niebieskiego płótna wykończony płótnem granatowem.



Sukienka z surowego jedwabiu. Karczek ozdobiony dużemi pikotkami (Wzór B.) Spódniczka plisowana



Bluza dla 5 letniego chłopca..